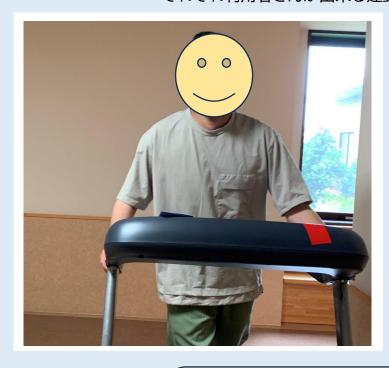
## 今回はゆい館内にある「運動エリア」についてご紹介させていただきます!

→ ゆいの中には、普段あまり運動出来ない利用者さんが
身体を動かすことができるように運動器具が用意されています。

現在運動エリアで使用している運動器具は、

## ウォーキングマシン、ロデオマシン、サイクリングマシンの3つで、

それぞれ利用者さんが出来る運動を、頑張っておこなっています!





体育館にも全身の筋肉を振動させる 振動マシンや、トランポリンなどが設置さ れており、屋内ながらも運動出来る場所 を確保しています。



これからも、限られた場所ではありますが、 身体を沢山動かすことができるように活動 を取り入れていきたいと思います!

